ಕಲಿಕಾ ತೊಂದರೆಗಳಿರುವ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸಮಾಜೋ-ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಬೆಂಬಲ

ಮಾಲಾ ಆರ್. ನಟರಾಜನ್

ಡಿಸ್ಲೆಕ್ಸಿಯಾ (ಅಥವಾ ಕಲಿಕಾ ವೈಕಲ್ಯ) ಅಂದರೇನು?

ಡಿಸ್ಲೆಕ್ಸಿಯಾ ಇರುವ ಮಕ್ಕಳು ಇತರ ಮಕ್ಕಳಷ್ಟೇ ಚುರುಕಾಗಿರುತ್ತಾರೆ, ಆದರೆ ಅವರ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಮತ್ತು ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಾಧನೆಯ ನಡುವೆ ಒಂದು ಅಂತರವಿರುತ್ತದೆ. ಅವರಿಗೆ ಕಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಎದುರಾಗುವ ತೊಡಕುಗಳು ಅವರ ಬುದ್ಧಿಮತ್ತೆಯ ಸಮಸ್ಯೆಯಿಂದ (ಅವರ ಬುದ್ಧಿಮತ್ತೆಯ ಪ್ರಮಾಣವು (IQ) ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಇತರ ಮಕ್ಕಳಷ್ಟೇ ಅಥವಾ ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನದ್ದಾಗಿರುತ್ತದೆ) ಉಂಟಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ತೊಂದರೆಯಾಗುವುದು ಏಕೆಂದರೆ, ಅವರ ಮೆದುಳಿನಲ್ಲಿ ನರತಂತುಗಳ ವಿನ್ಯಾಸ ವಿಭಿನ್ನವಾಗಿರುತ್ತದೆ, ಅದು ಅವರು ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವ ಮತ್ತು ಸಂಸ್ಕರಿಸುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಇಂತಹ ತೊಂದರೆಯಿರುವ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಓದಲು, ಕಾಗುಣಿತ ಗುರುತಿಸಲು, ಬರೆಯಲು ಅಥವಾ ಗಣಿತದಲ್ಲಿ ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ಅದರೊಂದಿಗೆ ಸಂಗತಿಗಳನ್ನು ಸಂಯೋಜಿಸುವುದು, ಯೋಜಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಆದ್ಯತೆಗಳನ್ನು ನೀಡುವುದು, ಆವೇಗಾತ್ಮಕ ಮತ್ತು ಭಾವನಾತ್ಮಕ ನಿಯಂತ್ರಣ ಮುಂತಾದ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುವಾಗಲೂ ಅವರಿಗೆ ಕಷ್ಟವಾಗಬಹುದು.

ಶಾಲೆಯ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಮಗುವು ದಿನದ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ತಾನು ಕಲಿತ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಕೌಶಲಗಳನ್ನು ಪ್ರದರ್ಶಿಸುತ್ತಿರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂತಹ ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ಮಗುವೊಂದು ಓದಲು, ಕಾಗುಣಿತ ಹೇಳಲು, ಹಲಗೆಯ ಮೇಲೆ ಬರೆದದ್ದನ್ನು ಕಾಪಿ ಮಾಡಲು, ಉತ್ತರ ಬರೆಯಲು, ಗಣಿತ ಮಾಡಲು ತಿಣುಕಾಡುವಾಗ ಬಹಳ ಸಲ ಶಿಕ್ಷಕರು ಮತ್ತು ಪಾಲಕರು ಹತಾಶರಾಗುತ್ತಾರೆ, ಹಾಗೂ ಸಹಪಾಠಿಗಳು ಆ ಮಗುವನ್ನು ನೋಡಿ ಅಪಹಾಸ್ಯ ಮಾಡುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳೂ ಇರುತ್ತವೆ. ಆ ಮಗುವು `ಯಾತಕ್ಕೂ ಬಾರದವ', `ಆಲಸಿ', ಅಥವಾ `ಬಹಳ ಮಂದ' ಎಂಬ ಹಣೆಪಟ್ಟಿಗಳನ್ನೂ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆ ಮಗುವಿನ ಒಳಿತನ್ನು ಬಯಸುವ (ಹಿತವನ್ನೇ ಬಯಸುವ) ಪೋಷಕರು ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಕರು `ಶೈಕ್ಷಣಿಕವಾಗಿ ಪ್ರಗತಿ ತೋರಿಸಬೇಕೆಂದರೆ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬೇಕು' ಎಂದು ಮಗುವನ್ನು ಅವಿರತವಾಗಿ ಒತ್ತಾಯಿಸುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಆಗ ಮಗುವು ತನ್ನ ಆ ಚಿತ್ರಣವನ್ನು ಮುರಿದು ತನ್ನ ಸಹಪಾಠಿಗಳ ಸಮಕ್ಕೆ ಬರಬೇಕು, ಸಹಪಾಠಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆತುಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂಬ ಒತ್ತಡಕ್ಕೆ ಸಿಲುಕಿ ಕಷ್ಟಪಡುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಲ ಈ ರೀತಿಯ ಅನುಭವಗಳು ಮಗುವನ್ನು ಭಾವನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಘಾಸಿಗೊಳಿಸುತ್ತಿರುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಅದೇ ನಂತರ ಅವರ ಕಲಿಕೆ ಹಾಗೂ ಇತರ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗೆ ಅಡ್ಡಬರುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಒಂದು ಮಗುವಿನ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಮಗುವಿನ ಸಮವಯಸ್ಕ ಸಂಗಡಿಗರು, ಸ್ವಂತದ ಕುಟುಂಬ, ಶಾಲಾ ಶಿಕ್ಷಕರು ಮತ್ತು ಕೆಲಸಗಾರರು ನೇರವಾಗಿ ಪ್ರಭಾವಿಸುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವು ಪರಿಸರಗಳಲ್ಲಿ ಸಂತಸದಿಂದ ಇರುವ ಮಗುವು ಇನ್ನೂ ಕೆಲವು ಪರಿಸರಗಳಲ್ಲಿ ದುಃಖದಿಂದಿರುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಓದುವ ಕಷ್ಟವಿರುವ ಮಗುವು ಓಟದ ಮೈದಾನದಲ್ಲಿ ಒಳ್ಳೆಯ ಸಾಧನೆ ತೋರಬಹುದು. ಅಲ್ಲಿ ಓಡುವ ಆಟಗಳಲ್ಲಿ ಮಗುವು ಖುಷಿಯಿಂದ ಒತ್ತಡ ಮುಕ್ತವಾಗಿ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅಲ್ಲಿ ಅದಕ್ಕೆ ಒಂದು ರೀತಿ ತಾನು ಆರೋಗ್ಯದಿಂದ ಇದ್ದೇನೆ ಎಂಬ ಭಾವ ದೊರೆಯಬಹುದು. ಆದರೆ ಅದರ ಬದಲಿಗೆ ಓದಿನ ತರಗತಿಗಳಲ್ಲಿ ಅದಕ್ಕೆ ಆಗುವ ವೈಫಲ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಅದರಿಂದ ಎದುರಿಸಬಹುದಾದ ಅಪಹಾಸ್ಯ ಅದಕ್ಕೆ ಆಳವಾದ ಗಾಯವನ್ನೇ ಮಾಡುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ; ಅದರ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಆ ಮಗುವು ನಿಧಾನವಾಗಿ ತರಗತಿಯೊಳಗೆ ತನ್ನದೇ ಕೋಶವೊಂದರೊಳಗೆ ಬಂಧಿಯಾಗಬಹುದು. ಮನಸ್ಸನ್ನು ಜರ್ಜರಿತಗೊಳಿಸುವ ಅಂತಹ ಹೊರೆಯೊಂದನ್ನು ಹೊತ್ತು ಶಾಲೆಗೆ ಹೋಗುವ ಮಗುವಿಗೆ ಅದು ಎಂತಹ ಒತ್ತಡಮಯ ಬದುಕಾಗಬಹುದು ಎಂದು ನೀವೇ ಯೋಚಿಸಿ!

ಈ ಮಗುವಿಗೆ ಹೇಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದು?

ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ

ಡಿಸ್ಲೆಕ್ಸಿಯಾ ಇರುವ ಮಕ್ಕಳು ತರಗತಿಯ ಇತರ ಮಕ್ಕಳಷ್ಟೇ ಚುರುಕಾಗಿರುತ್ತಾರೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ನೆನಪಿಸುತ್ತೇನೆ. ಆದರೂ ಅವರಿಗೆ ಕಲಿಸುವಾಗ ಅವರು ಕಲಿಯುವಂತಹ ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ ಕಲಿಸುವುದು ಬಹಳ ಅವಶ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ಅಂತಹ ಕಷ್ಟವುಳ್ಳ ಪ್ರತೀ ಮಗುವಿಗೂ ಅಗತ್ಯವಾಗುವ ವಿಶಿಷ್ಟ ಕಲಿಕಾ ಶೈಲಿಯಲ್ಲಿ ಕಲಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಮಗುವಿನ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ಮಗುವಿಗೆ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಕೌಶಲಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸುವ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಶಿಕ್ಷಣ ಯೋಜನೆಯೊಂದು (IEP: Individualized education plan) ಅಂತಹ ಒಂದು ಬೆಂಬಲ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಾಗಬಲ್ಲುದು. ಈ ಪರಿಹಾರ ಬೋಧನೆಯು (remedial sessions) ವ್ಯವಸ್ಥಿತವಾದ, ಸ್ಪಷ್ಟ ವಿನ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ, ಬಹು ಮಾದರಿಯ ಮತ್ತು ಬಹುಬಗೆಯ ಬುದ್ಧಿಮತ್ತೆಗಳೊಂದಿಗೆ (Multiple Intelligences) ಸಮನ್ವಯೀಕೃತಗೊಂಡ ವಿಧಾನವನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿ–

ಕೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ಒಂದು ಮಗುವು ಶೈಕ್ಷಣಿಕವಾಗಿ ಕಷ್ಟಪಡುತ್ತಿರುವುದಕ್ಕೆ ಅದಕ್ಕಿರುವ ಡಿಸ್ಲೆಕ್ಸಿಯಾ ಕಾರಣ ಎಂಬ ಅನುಮಾನವಿರುವಾಗ ಅಥವಾ ಆ ದೋಷವು ವೈದ್ಯಕೀಯವಾಗಿ ಖಚಿತಗೊಂಡಾಗ ಮಾತ್ರವೇ ಈ ವಿಶೇಷ ಶಿಕ್ಷಣ ಯೋಜನೆಯ ನೆರವನ್ನು ನೀಡಬಹುದು. ಮಗುವು ಕಲಿಯಲು ಕಷ್ಟಪಡುತ್ತಿರುವಾಗ ಆ ಕಷ್ಟಗಳು ಯಾವ ಬಗೆಯವು ಎಂಬುದನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಲು (ಅಥವಾ ಗುರುತಿಸಲು) ಮಗುವಿನ ಶಿಕ್ಷಕರು ಮಗುವನ್ನು ಒಂದು ವ್ಯವಸ್ಥಿತ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ (ಪರಿಶೀಲನಾ ಪಟ್ಟಿ – checklist – ಬಳಸಿ) ಗಮನಿಸುತ್ತಿರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಅಗತ್ಯವಿದ್ದರೆ ಪ್ರಮಾಣೀಕೃತ ಸಾಧನಗಳೊಂದಿಗೆ (ಅದಕ್ಕೆಂದೇ ವಿಶೇಷ ಶಿಕ್ಷಣ ತಜ್ಞರಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ತರಬೇತಿ ಪಡೆದ ಮಾನಸಿಕ ತಜ್ಞರಿದ್ದರೆ ಅವರ ಮೂಲಕ) ಪರಿಶೀಲನೆಯನ್ನೂ ಮಾಡಿಸಿ ಮಗುವಿಗೆ ಯಾವ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ತೊಂದರೆಗಳಿವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಮತ್ತು ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಉಪ–ಕೌಶಲಗಳನ್ನು, ತೊಂದರೆಗಳು ಯಾವ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿವೆ ಎಂಬುದನ್ನೂ ಸಹ ನಿರ್ಣಯಿಸಬಹುದು.

ಮಗುವಿನ ವೈಕಲ್ಯತೆಯನ್ನು ನಿರ್ಣಯಿಸಿದ ವರದಿಯ ನಂತರ ಅದನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಮಗುವಿಗೆ ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಸರಾಗ ಮಾಡಿಕೊಡುವ ಬಹು–ಆಯಾಮಗಳ ಕಲಿಕಾ ವಿಧಾನವೊಂದನ್ನು ರೂಪಿಸಬಹುದು. ಈ ವರದಿಯು ಪರಿಹಾರ ಶಿಕ್ಷಣಕ್ಕೆ ಒಂದು ಆಧಾರವಾಗುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಆ ವಿಶಿಷ್ಟ ಮಗುವಿಗೆ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಕೌಶಲಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸಲು ಮತ್ತು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡು ಹೋಗಲು ಮಾಡಬೇಕಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡಬಹುದು. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಬೋರ್ಡ್ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳ ಸಲುವಾಗಿ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾಡಬಹುದಾದ ಹೊಂದಾಣಿಕೆಗಳು ಮತ್ತು ವಿನಾಯಿತಿಗಳನ್ನೂ ಸಹ ವರದಿಯು ನಮ್ಮ ಗಮನಕ್ಕೆ ತರುತ್ತದೆ.

ತರಗತಿ ಮತ್ತು ಪರೀಕ್ಷಾ ಹೊಂದಾಣಿಕೆಗಳು

ಡಿಸ್ಲೆಕ್ಸಿಯಾ ಮಕ್ಕಳ ಸಲುವಾಗಿ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಮಗುವು ಕಲಿಕೆಯ ಮೇಲೆಯೇ ಗಮನ ಕೊಡಲು ಅನುಕೂಲವಾಗುತ್ತದೆ, ಬದಲಿಗೆ ತಾನು ಇನ್ನೂ ಅಗತ್ಯ ಕೌಶಲಗಳನ್ನು ದಕ್ಕಿಸಿಕೊಂಡಿರದ ಉಪ–ಕೆಲಸಗಳ ಮೇಲೆ ಪ್ರಯತ್ನ ಹಾಕುವುದು ತಪ್ಪುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಬರೆಯುವ ಯಾಂತ್ರಿಕ ಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಕಷ್ಟವಿರುವ ಮಗುವು ತನ್ನ ಎಲ್ಲ ಸಮಯವನ್ನೂ ಕರಿಹಲಗೆ ಅಥವಾ ಪುಸ್ತಕದಿಂದ ನಕಲು ಮಾಡುವ, ನೋಟ್ಸ್ ಬರೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಕ್ರಿಯೆಯೊಳಗೇ ಕಳೆದುಬಿಡುತ್ತದೆ, ಬರೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಅದಕ್ಕೆ ಸಮಯವೇ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಅದೇ ಮಗುವಿಗೆ ಒಂದು ಧ್ವನಿಮುದ್ರಣ ಯಂತ್ರ ಅಥವಾ ನೋಟ್ಸಿನ ನಕಲು ಪ್ರತಿ ಬಳಸಲು ಅನುಮತಿ ಕೊಟ್ಟರೆ ಮಗುವು ತರಗತಿಯ ಪಾಠಗಳಲ್ಲಿ ಏನು ಹೇಳಿಕೊಡಲಾಗುತ್ತದೆಯೋ ಆ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಗ್ರಹಿಸುವ ಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ತನ್ನೆಲ್ಲ ಶ್ರಮ ಹಾಕಲು ಸಾಧ್ಯ ಆಗುತ್ತದೆ. ಅದೇ ರೀತಿ ಪ್ರೌಢಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರತೀ ಪರೀಕ್ಷಾ ಮಂಡಳಿಯೂ (ಬೋರ್ಡ್) ಡಿಸ್ಲೆಕ್ಸಿಯಾ ಇರುವ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ವಿನಾಯಿತಿಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಕೆಲವು ಮಂಡಳಿಗಳಲ್ಲಿ ಅಂತಹ ಮಕ್ಕಳು ಗಣಿತ ಪರೀಕ್ಷೆ ಬರೆಯದೇ ಇದ್ದರೂ ನಡೆಯುತ್ತದೆ (ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸಂಖ್ಯೆಗಳನ್ನು ಕಲಿಯಲು ಕಷ್ಟವಿದ್ದಾಗ), ಅಥವಾ ದ್ವಿತೀಯ ಭಾಷಾ ಪರೀಕ್ಷೆಯಿಂದಲೂ ವಿನಾಯಿತಿ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ (ಮಗುವಿಗೆ ನಿಶ್ಚಿತವಾಗಿ ಭಾಷೆಯನ್ನು ಕಲಿಯಲು ಕಷ್ಟಗಳಿದ್ದಾಗ). ಈ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಮಯ ನೀಡುವುದು, ಕ್ಯಾಲ್ಕುಲೇಟರ್ ಬಳಸಲು ಅನುಮತಿ ನೀಡುವುದು, ಬರೆಯಲು ಅಥವಾ ಓದಲು ಮತ್ತೊಬ್ಬರನ್ನು ಒದಗಿಸುವುದು ಹೀಗೆ ಇನ್ನೂ ಅನೇಕ ವಿನಾಯಿತಿಗಳನ್ನು ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇಂತಹ ಬೆಂಬಲ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ಡಿಸ್ಲೆಕ್ಸಿಯಾದ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುವ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಇಳಿಸುತ್ತವೆ. ಆ ಮೂಲಕ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗೆ ಇತರ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ತೋರಲು ಒಂದು ಪ್ರಚೋದಕ ಪರಿಸರವನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತವೆ.

ತರಗತಿ ಕೋಣೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಮತ್ತು ಸಂಗಡಿಗರಿಗೆ ಸೂಕ್ಷ್ಮತೆಯನ್ನು ಕಲಿಸುವುದು

ಶಾಲೆಯೊಳಗಿನ ಬದುಕು ಕೇವಲ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ಮತ್ತು ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಾಧನೆಗಳಿಗಷ್ಟೇ ಸೀಮಿತವಾದುದಲ್ಲ; ದಿನನಿತ್ಯದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳೂ ಸವಾಲೊಡ್ಡಬಹುದು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಬೋಧನೆ ಮತ್ತು ಕಲಿಕೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಓದುವ ತರಗತಿಗಳು ಮಹತ್ವದ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತವೆ. ಡಿಸ್ಲೆಕ್ಸಿಯಾ ಇರುವ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವರಿಗೆ ಭಾಷಾಜ್ಞಾನವು ಉತ್ತಮವಾಗಿದ್ದರೂ ಓದಲು ಕಷ್ಟಪಡುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ, ಈ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಓದುವ ತರಗತಿಗಳು ದೊಡ್ಡ ಸವಾಲಾಗಬಹುದು. ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿಯೇ ಡಿಸ್ಲೆಕ್ಸಿಯಾ ಇರುವ ಮಗುವು ತನ್ನ ಸುತ್ತಲೂ ಕವಚವೊಂದನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ, ತರಗತಿಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಶಾಲೆಯನ್ನೂ ಬಿಡಬಹುದು.

ಅಂತಹ ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷಕರು ಮೊದಲು ಮಾದರಿ ಓದನ್ನು ತೋರಿಸಿಕೊಟ್ಟ ನಂತರ ತಮ್ಮ ಬೋಧನೆಯಲ್ಲಿ 'ಪದಗುಚ್ಛಗಳ ಓದು' (phrasal reading) ಮತ್ತು 'ಜೋಡಿ ವ್ಯವಸ್ಥೆ' ಅಥವಾ 'ಸಂಗಡಿಗನೊಂದಿಗೆ ಓದುವ ವ್ಯವಸ್ಥೆ' (buddy system)ಯನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಕಷ್ಟಪಡುತ್ತಿರುವ ಓದುಗನಿಗೆ ಶಿಕ್ಷಕರು ಕ್ರಿಯಾಪದಕ್ಕಿಂತ ಮೊದಲು ಬರುವ ಪದಗಳನ್ನು ಒಂದು ಇಡೀ ತುಣುಕಿನಂತೆ ಮತ್ತು ಅದೇ ರೀತಿ ಕ್ರಿಯಾಪದದ ನಂತರ ಬರುವ ಪದಗಳನ್ನು ಒಂದು ತುಣುಕಿನಂತೆ ಗುಂಪು ಮಾಡಲು ಹೇಳಬಹುದು, ಆಗ ಮಗುವು ಪ್ರತೀ ಪದವನ್ನೂ ಓದುತ್ತ ಹೋಗುವ ಬದಲು ಎರಡು ಅರ್ಥಪೂರ್ಣ ಪದಗುಚ್ಛಗಳ ನಡುವೆ ಸ್ವಲ್ಪ ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಓದಬಹುದು. ಶಿಕ್ಷಕರು ಮೊದಲು ಮಾದರಿ ಓದನ್ನು ತೋರಿಸಿದ ನಂತರ ಗುಂಪು ಓದನ್ನು ನಡೆಸುವುದರಿಂದ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಪಠ್ಯ ಮತ್ತು ಪಠ್ಯದೊಳಗಿನ ಹೊಸ ಪದಗಳು ಪರಿಚಯವಾಗುತ್ತವೆ. 'ಓದುವ ಸಂಗಡಿಗ'ನೊಬ್ಬ ಅಗತ್ಯವಿರುವ

ಹಂದರವನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತಾನೆ/ಳೆ, ಪದಗುಚ್ಛಗಳ ಓದು ಪದಗಳನ್ನು ಗುಚ್ಛಗಳನ್ನಾಗಿಸಿ ಓದನ್ನು ಸುಲಭಗೊಳಸುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾದಾಗ ಮಗುವಿಗೆ ತರಗತಿಯ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ, ಸಂಗಡಿಗರು ತಾನು ಓದಲು ಕಷ್ಟಪಡುವುದನ್ನು ನೋಡಿ ಅಪಹಾಸ್ಯ ಮಾಡಬಹುದೆಂಬ ಭಯ ಇಲ್ಲವಾಗುತ್ತದೆ. 'ಸಂಗಡಿಗನೊಂದಿಗೆ ಓದುವ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯು' ಡಿಸ್ಲೆಕ್ಸಿಯಾ ಇರುವ ಮಗುವಿಗೊಂದೇ ಅಲ್ಲ ಎಲ್ಲಾ ಮಕ್ಕಳಿಗೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ, ಪರಸ್ಪರ ಒಬ್ಬರು ಇನ್ನೊಬ್ಬರ ಕಾಳಜಿ ಮಾಡುತ್ತ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತವಾಗಿ ವರ್ತಿಸಲು ಕಲಿಸುತ್ತದೆ. ಅದು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದು ಸಂಗಡಿಗರಿಗೆ ಅವರ ಪಾಲಕರು ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಕರು ಸೂಕ್ಷ್ಮತೆಯನ್ನು ಕಲಿಸಿದಾಗಲೇ. ಡಿಸ್ಲೆಕ್ಸಿಯಾವನ್ನು ಕುರಿತು ತಿಳುವಳಿಕೆ ಮೂಡಿಸುವುದು, ಅದರ ತೊಂದರೆಗಳ ಬಗೆಗೆ ತಿಳಿಸಿ–ಕೊಡುವುದು, ಅವರಿಗೂ ಸಮಾನ ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು ನೀಡುವುದು, ಡಿಸ್ಲೆಕ್ಸಿಯಾ ಇರುವ ಮಕ್ಕಳ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು, ಈ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕಿರುಕುಳ ಕೊಡುವ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುವುದು ಇವೆಲ್ಲ ಆ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ಇಡುವ ಹೆಜ್ಜೆಗಳು. ಹೀಗಾದಾಗ ಮಕ್ಕಳು ವೈಕಲ್ಯಗಳನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಕಲಿಯುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಡಿಸ್ಲೆಕ್ಸಿಯಾ ಇರುವ ಮಕ್ಕಳು ಅವರ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ತಲುಪಲು ಸೂಕ್ತ ಬೆಂಬಲ ನೀಡುವ ಒಂದು ಸಾಮಾಜಿಕ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡಂತಾಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರತಿಭೆಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು

ಶಾಲೆಯ ವಾರ್ಷಿಕೋತ್ಸವವೆಂಬುದು ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಪ್ರಗತಿಯ ಪ್ರದರ್ಶನ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ. ಒಂದು ಮಗುವಿನಲ್ಲಿ ಹುದುಗಿರುವ ಪ್ರತಿಭೆಯನ್ನು ಪ್ರದರ್ಶಿಸಲು ಮತ್ತು ಗುರುತಿಸಲು ಅದೊಂದು ವೇದಿಕೆಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅದು ಮಗುವಿನಲ್ಲಿ ಆತ್ಮಗೌರವವನ್ನು ಬೆಳೆಸುತ್ತದೆ. ಬಹಳ ಸಲ ಡಿಸ್ಲೆಕ್ಸಿಯಾ ಇರುವ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಶೈಕ್ಷಣಿಕವಾಗಿ ಉತ್ತಮ ಸಾಧನೆ ತೋರಲು ಆಗುತ್ತಿರುವುದಿಲ್ಲ, ಅದು ಪಕ್ಷಪಾತ ಧೋರಣೆಗೆ ದಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಪಠ್ಯೇತರ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗೆ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುವಾಗ (ಉದಾಹರಣೆಗೆ ವಾರ್ಷಿಕೋತ್ಸವದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಿಗೆ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಾಗ) ಅವರ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿ ಅಂತಹ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಬದಿಗೊತ್ತಲಾಗುತ್ತದೆ. ಡಿಸ್ಲೆಕ್ಸಿಯಾ ಇರುವ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಹುದುಗಿರುವ ಪ್ರತಿಭೆಯನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಅದಕ್ಕೊಂದು ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಡುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಶಿಕ್ಷಕರು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅವರ ಪ್ರತಿಭೆಯನ್ನು ಗುರುತಿಸಿದಾಗ ಅದು ಅವರಿಗೆ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ತಂದುಕೊಡುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ ಶಾಲೆಯ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಬಗೆಗೂ ಆಸಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ. ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು ಉತ್ತಮ ಕಲಿಕೆಗೆ ದಾರಿ ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಅವುಗಳಿಗೆ ಬೇಕಾದ ಅಗತ್ಯಗಳಿಂದ ಎದುರಾಗುವ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ದಾಟಲೂ ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತವೆ.

ಆಟ

ಆಟವು ಮಕ್ಕಳ ಸಮಾಜೋ– ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಬಹುಮುಖ್ಯವಾದ ದಾರಿಯಾಗಿದೆ. ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಒಳಗೊಂಡು ಆಡುವ ಪರಿಸರವಿದ್ದರೆ ಡಿಸ್ಲೆಕ್ಸಿಯಾ ಇರುವ ಮಗುವಿಗೆ ಸಮವಯಸ್ಕರೊಡನೆ ಕಲಿಯುತ್ತ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಣೆಯ ಕೌಶಲವನ್ನು ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಒಂದು ಅವಕಾಶವನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸುತ್ತದೆ. ಆವೇಗವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ಮುಕ್ತ ಆಲೋಚನೆ, ಸಂಘಟನಾ ಕೌಶಲ, ಎಲ್ಲ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಸಂಯೋಜಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಸ್ವ–ನಿರ್ವಹಣೆಯಂತಹ ಬದುಕಿನ ಕೌಶಲಗಳನ್ನು ದಕ್ಕಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಅದಕ್ಕಿಂತ ಉತ್ತಮವಾದ ಬೇರೆ ತಂತ್ರಗಳು ಇವೆಯೇ?

ಅದರೊಂದಿಗೆ ಸಾಕ್ಷರತೆಯ ಅನೇಕ ಕೌಶಲಗಳನ್ನು ದಕ್ಕಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಆಟವು ಎಲ್ಲರೂ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡ ಒಂದು ಪರ್ಯಾಯ ಹಾದಿಯಾಗಿದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಭಾಷಾ ಬೆಳವಣಿಗೆಯು ಆಟದ ಮೂಲಕ ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತಿರುತ್ತದೆ, ಹೊಸ ಪದಗಳನ್ನು ಆಲಿಸಲು ಮತ್ತು ಅವುಗಳನ್ನು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಬಳಸಲು, ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಅನ್ವಯಿಸಲು ಅದು ಅನೇಕ ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಹೆಚ್ಚು–ಕಡಿಮೆ, ದೊಡ್ಡದು–ಚಿಕ್ಕದು ಎಂಬ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳು ಆಟದ ಅವಿಭಾಜ್ಯ ಅಂಗಗಳಾಗಿವೆ. ಅನೇಕ ಆಟಗಳಲ್ಲಿ ಲೆಕ್ಕ ಮಾಡುವುದು, ಅಂಕಗಳನ್ನು ಎಣಿಸುವಂತಹ ಕೌಶಲಗಳನ್ನು ಬೇಡುತ್ತವೆ, ಆ ಮೂಲಕ ಸಂಖ್ಯಾಜ್ಞಾನದ ಕೌಶಲಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಅವಕಾಶ ಒದಗಿಸುತ್ತವೆ. ಈ ರೀತಿ ಆಟದಿಂದ ಸಿಗುವ ಪಠ್ಯೇತರ ವಾತಾವರಣವು ಡಿಸ್ಲೆಕ್ಸಿಯಾ ಇರುವ ಮಗುವಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಪೋಷಣೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ.

ಎಲ್ಲಿಂದ ಆರಂಭಿಸುವುದು?

ಮೇಲೆ ಹೇಳಿದ ಎಲ್ಲಾ ಕ್ರಮಗಳೂ ಸಾಧ್ಯವಾಗಬೇಕೆಂದರೆ ಮಗುವಿನ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯ ಪಾತ್ರವನ್ನು ವಹಿಸುವ ಶಿಕ್ಷಕರು ಮತ್ತು ಪಾಲಕರು ಮಗುವಿನ ನರವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು (neurological condition) ಅರಿತು ಅದನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಿದ್ಧರಾಗಬೇಕು. ಆದ್ದರಿಂದ ಈ ನರವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯ ಬೇರೆಬೇರೆ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಕುರಿತು ಅರಿವು ಮೂಡಿಸಲು ಜಾಗೃತಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಹಮ್ಮಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಅತ್ಯವಶ್ಯ. ಈ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಕುರಿತು ತಿಳುವಳಿಕೆ ಹೇಳಬಲ್ಲ ತಜ್ಞರ ಸಹಯೋಗದೊಂದಿಗೆ ಶಾಲೆಗಳು ಅಂತಹ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಆಯೋಜಿಸಬಹುದು. ಈ ಕುರಿತು ಅರಿವು ಪಡೆದ ಪಾಲಕರು ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಕರು ಡಿಸ್ಲೆಕ್ಸಿಯಾ ಇರುವ ಮಕ್ಕಳ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಅವರ ದೌರ್ಬಲ್ಯಗಳನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಅವರೊಂದಿಗೆ ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಸಂವಹನ ನಡೆಸಲು (ಒಡನಾಡಲು) ಶಕ್ತರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಅಂತಹ ಮಕ್ಕಳ

ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ಪೋಷಿಸುವಂತಹ ಒಂದು ಪರಿಸರವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಆ ಮಕ್ಕಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಸಹಾಯವಾಗುವಂತಹ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸಲು ಅವರೇ ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿ ಮೊದಲ ಹೆಜ್ಜೆಗಳನ್ನಿಡುವಂತಾಗುತ್ತದೆ. ಅವರೆಲ್ಲ ಒಟ್ಟಾಗಿ (ಪಾಲಕರು, ಶಿಕ್ಷಕರು ಮತ್ತು ಶಾಲೆ) ಡಿಸ್ಲೆಕ್ಸಿಯಾ ಇರುವ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ, ಅವರು ಹೆಚ್ಚು ಕ್ರಿಯಾಶೀಲರಾಗುವಂತೆ, ಸಂತೋಷದಿಂದ ಇರುವಂತೆ ಮಾಡಲು ಅವರಿಗೆ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಸಮಾಜೋ-ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಅಟ್ಟಣಿಗೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸುವ ಮೂಲಕ ಅವರನ್ನು ಸಶಕ್ತರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅವರನ್ನು ಮೇಲಿನ ಹಂತಕ್ಕೆ ಒಯ್ಯುತ್ತಾರೆ.



ಮಾಲಾ. ಆರ್. ನಟರಾಜನ್ ಇವರು ಡಿಸ್ಲೆಕ್ಸಿಯಾ ಇರುವ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕಲಿಸಲು ವಿಶೇಷ ತರಬೇತಿ ಪಡೆದ ಶಿಕ್ಷಕಿಯಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಪ್ರಸ್ತುತ ಮದ್ರಾಸಿನ ಡಿಸ್ಲೆಕ್ಸಿಯಾ ಅಸೋಸಿಯೇಶನ್ ನಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಮಾಹಿತಿ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನದ ಕಾರ್ಪೊರೇಟ್ ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ ಅವರು ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಬೋಧನೆಯಲ್ಲಿ ತೀವ್ರ ಆಸಕ್ತಿಯಿರುವ ಇವರು ಈ ಯೋಜನೆಗಳಿಗೆ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಒಳನೋಟಗಳನ್ನು ನೀಡಿದ್ದಾರೆ. ಅವರನ್ನು mala.m@mdachennai.com ಇ-ಮೇಲ್ ನಲ್ಲಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದು.

ಅನುವಾದ: **ಪ್ರಜ್ಞಾ ಎಲ್.ಎಸ್.** | ಪರಿಶೀಲನೆ: **ನಾಗಮಣಿ ಎಸ್. ಎನ್.**

ಒತ್ತಡ ಮತ್ತು ಆತಂಕವು ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಮತ್ತು ಕಷ್ಟಗಳಿಗೆ ನೀಡುವ ಸಾಮಾನ್ಯ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳಾಗಿವೆ, ಇದು ಬಾಲ್ಯದಿಂದಲೂ ಸಹ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಜೀವನದ ಭಾಗವಾಗಿದೆ. ಒತ್ತಡ ಮತ್ತು ಆತಂಕವು ಋಣಾತ್ಮಕ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ಭಯಾನಕ ಭಾವನೆಗಳು ಎಂದು ನಾವು ಆಗಾಗ್ಗೆ ನಂಬುತ್ತೇವೆ. ಆದಾಗ್ಯೂ, ಸಂತೋಷದ ಸಂದರ್ಭಗಳ (ಶಾಲಾ ಘಟನೆಗಳು, ರಜೆಗಳು ಅಥವಾ ಸಾಮಾಜಿಕ ಹವ್ಯಾಸಗಳಂತಹ) ನಿರೀಕ್ಷೆಯು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು. ಏನನ್ನಾದರೂ ನಿರೀಕ್ಷಿಸುವ ಸಂದರ್ಭ ಬಂದಾಗ, ಮಾರ್ಪಡಿಸಬೇಕಾದ ಅಥವಾ ರಕ್ಷಿಸಬೇಕಾದಾಗ, ಮಕ್ಕಳು ಒತ್ತಡ ಮತ್ತು ಆತಂಕವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರಿಗೆ ಮುಖ್ಯವಾದ ವಿಷಯವು ಅಪಾಯಕ್ಕೆ ಸಿಲುಕಿದಾಗ, ಅವರು ಆತಂಕಕ್ಕೊಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ. ನನ್ನ ಅನೇಕ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ತರಗತಿಯ ಮುಂದೆ ಅಥವಾ ಬೆಳಗ್ಗಿನ ಶಾಲಾ ಸಭೆಯಲ್ಲಿ ಮಾತನಾಡಬೇಕಾದಾಗ ಒತ್ತಡ ಮತ್ತು ಆತಂಕಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ. ಈ ಆತಂಕವನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸಲು, ನಾನು ಅವರನ್ನು ವಿವಿಧ ಒತ್ತಡ-ನಿವಾರಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ (stress-relieving activities) ತೊಡಗಿಸಿದೆ.